[Nr. 22]

młoda matka

TREŚĆ NUMERU:



„Przeziębianie się" a rozwój dziecka.

Często słyszymy narzekania rodziców: „mój Tadzio jest taki chudy i mizerny, na pewno dlatego, że tak często przeziębia się, nie ma tygodnia, żeby nie kaszlał, pewnie choruje na płuca".

Sąsiadka znów, której tłusty 3-letni Ignaś, równolatek Tadzia, stanowi przedmiot podziwu i radości całej kamienicy, śmieje się głośno z wyrzekań matki Tadzia. „Co tam Pani mówi! Mój Ignaś ma ciągle katar, pokasłuje, — doktór mówił, że ma „gruczoły", ale ja się z tego śmieję, bo wygląda dobrze!"

Ale matka małego Tadzia potrząsa niedowierzająco głową: ona czuje dobrze, że cała chudość Tadzia jest następstwem długiego szeregu przebytych katarów, bronchitów, kokluszu, a może... jakiejś utajonej choroby płucnej..? Jak więc jest istotnie, czy rację ma troskliwa matka Tadzia, czy zadowolona ze siebie i ze swego dziecka matka Ignasia? Wątpliwości te postaramy się rozstrzygnąć częściowo w dzisiejszym naszym artykule.

Wiemy dobrze, że istnieją dzieci, na które, jak gdyby, uwziął się jakiś zły los. Byle głupi przeciąg, trochę za długi, albo po zachodzie słońca spacer, „rozkopanie się" w łóżeczku, nieco chłodniejsza kąpiel, spocenie się, krzyk na świeżym powietrzu, chłodny napój (przyczyn możnaby wymienić tysiąc i jedną), wywołują zaraz katar, kaszel, chrypkę i... choroba gotowa. Mały „chorasek" — co jeszcze wczoraj napełniał dom radosnym hałasem, zostaje zapakowany do łóżeczka, opatulony „na głucho" i leczony według wszelkich prawideł domowej medycyny. Jeśli taki przypadek zdarzy się — no, powiedzmy, 2—3 razy do roku — mała bieda! Gorzej natomiast, jeśli historia wyżej opisana zdarza się kilkakrotnie w ciągu roku, jeśli zdarza się raz na kwartał, raz na miesiąc, a nawet (co nie bywa rzadkością), raz na tydzień... I jeśli zdarza się ona nie u dzieci trochę starszych, jak Tadzio i Ignaś, ale u niemowląt rocznych, czy półrocznych, jako stan pół-zdrowia, pół-choroby, w którym granice między zdrowiem i chorobą zacierają się! Oczywiście, stany takie, i to tym częściej, im dziecko jest młodsze, mogą doprowadzić do upośledzenia stanu odżywienia dziecka, zwolnionego narastania wagi, zahamowania ogólnego rozwoju, braku apetytu, niedokrwistości itp.

Skoro mówimy o niemowlętach, musimy zaznaczyć, że nie tylko takie częste katary dróg oddechowych mogą wywoływać upośledzenie prawidłowego rozwoju dziecka. Koklusz, gruźlica wielokrotne zakażenie grypowe, zapalenie płuc, zapalenie ucha o przewlekłym przebiegu—mogą doprowadzać do stanów podobnych.

Polepszenie warunków higienicznych odżywianie piersią (dzieci odżywiane sztucznie są mniej odporne), leczenie wad wrodzonych, leczenie choroby zasadniczej, oto drogi do naprawienia zła, którego następstwa okazać się mogą nieraz w dalekiej przyszłości. Jedynie walka ze skazą wysiękową, tj. skłonnością do stanów kataralnych dróg oddechowych, ciemieniuchy, pokrzywek, zapaleń skóry, biegunek, o której pisaliśmy w swoim czasie — jest sprawą cięższą, ale nie beznadziejną. I tutaj bowiem odpowiednia dieta, zabiegi pielęgnacyjne, higiena ogólna — leczenie wreszcie — mogą mieć wpływ decydujący na jej obiawy.

U dzieci starszych (wiek przedszkolny) najważniejszą przyczyną skłonności do katarów nosa i gardła. angin, bronchitów, zapalenia ucha, — bywa t. zw. limfatyzm. Limfatycy, albo „gruczołowcy" — to grupa dzieci z powiększonymi migdałami, z obecnością wyrośli adenoidalnych, dzieci, które z daleka można już poznać po półotwartych ustach, nalanej, jakby obrzękłej twarzy, bladej cerze, dzieci z reguły skłonnych do przeziębień, które występują u nich za lada powodem.

Duże, przerosłe migdałki, wyrośla adenoidalne (polipy), których obecność między nosem, a gardłem, stwarza stan ciągłego „pogotowia" katarowego, „pogotowia" do angin, zapalenia uszu, zapałenia zatok itd. — oto wiecznie czynni winowajcy tych stanów. Te przeszkody w drogach oddechowych (mówimy świadomie: przeszkody, bo czasem zatykają one mechanicznie wejście do gardła i do tylnych muszli nosowych) — nie tylko, że swoją obecnością przyczyniają się do występowania stanów kataralnych dróg oddechowych, ale często upośledzają słuch, a nawet powodują pewien stopień otępieniu umysłowego. Oczywiście, ten stan „pogranicza zdrowia", w którym cały czas znajdują się takie dzieci — wpływać może w dużej mierze niepomyślnie na ich rozwój fizyczny, który pozostaje nieco w tyle. Ich upośledzony przez ciągłe stany chorobowe układ oddechowy, ich psychika, zmęczona walką „z nieznanym wrogiem", ich przekonanie o własnej mniejszej wartości fizycznej w stosunku do innych („widzisz, znów kaszlesz! Ty niedołęgo!") — składają się na smutny obraz chorego dziecka.

Wzrost i waga takich dzieci są zwykle poniżej normy—albo, co się zdarza nieco rzadziej, jak w przypadku małego Ignasia — waga jest prawie normalna, ale dziecko ma niezdrowy, nalany wygląd, czego często nawet matki nie dostrzegają. Walka z

PEŁNOWARTOŚCIOWE MLEKO Z MAJĄTKU JASTRZĘBIEC POW. BŁOŃSKI
Informacje:
tel. 9-65-17
w godzinach od 7-ej do 10-ej i od 15-ej do 17-ej
Pełnowartościowe mleko dla dzieci dostarcza maj. JASTRZĘBIEC

Higiena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Dzień niemowlęcia (ciąg dalszy).



W wolnym od zasadniczych zajęć (jedzenia i spania) czasie, niemowlę przygląda się wszystkiemu i uczy.





Pierwszym objektem tych studjów są własc rączki niemowlęcia, później — nóżki, które trzeba dobrze obejrzeć, obmacać, a nawet wziąć do buzi.

Przez długie chwile dziecko przygląda się swej matce, wpatruje się w rysy jej twarzy, które stają mu się coraz bardziej znajome i bliskie.

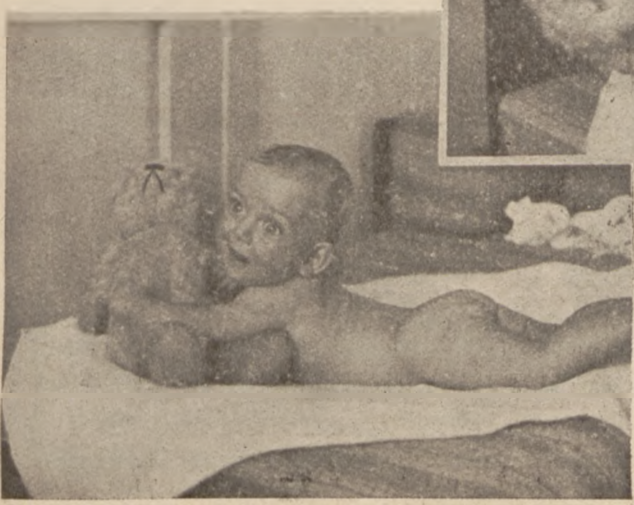


Później nagłe zjawienie się matki jej głos znajomy (— A kuku!), wywołują już radosny uśmiech dziecka.



Mała Lili lubi leżeć na brzuszku; wpatruje się uważnie w położony przed nią znajomy przedmiot, później próbuje swych sił...





czołga się w kierunku zabawki i wreszcie z triumfującą miną obejmuje niedźwiadka.

Dr M. Zaks.

takimi stanami jest stosunkowo łatwa: w czas dokonany zabieg operacyjny usunięcia polipa, czy migdałków, wpływa zwykle decydująco na poprawę stanu dziecka.

Obok limfatyzmu i inne przyczyny mogą wpływać u starszych dzieci na skłonność do przeziębiania się; a więc może to być jakieś skrzywienie przegrody nosowej, które zmusza dziecko do oddychania przez usta, choroby dróg oddechowych (astma, gruźlica itd.), wreszcie złe warunki domowe i higieniczne.

Jakąż radę możemy dać matkom, których skargą codzienną jest właśnie narzekanie na uporczywą skłonność do przeziębień, upośledzającą rozwój ich dzieci?

Odpowiemy pokrótce: człowiek silny zająć musi w stosunku do każdego zagadnienia postawę czynną, — winien walczyć o to, — czego go niepomyślny układ warunkéw pozbawił. W naszych własnych rękach leży do pewnego stopnia los naszych dzieci. Zapewnienie im dobrych warunków higienicznych, prawidłowego odżywiania, racjonalnej opieki lekarskiej, leczenie klimatyczno-zdrojowe, hartowanie, spacery na świeżym powietrzu—wzmacniające układ oddechowy dziecka — oto cały arsenał środków, w które uzbraja nas rozum i nasza własna troskliwość do walki z wrogiem.

Dr B. Górnicki.

Śmietanka i śmietana w diecie dziecka.

Już kilkakrotnie omawialiśmy na tym miejscu rozmaite składniki pożywienia oraz ich właściwości i zastosowanie w diecie dziecka. Mówiliśmy dość obszernie o rozmaitych tłuszczach, mówiliśmy także i o mleku.

Dziś z kolei słów kilka poświęcimy temu, co niejako stoi na pograniczu mleka, a stanowi punkt wyjścia dla masła, mianowicie o śmietance i śmietanie.

Tłuszcz w mleku, bezpośrednio po udoju, stanowi zawiesinę bardzo drobnych kuleczek, równomiernie rozmieszczonych. W mleku pozostawionym w spokoju w ciągu krótszego lub dłuższego czasu (zależnie od ciepłoty otoczenia) na powierzchnię wydziela się żółtawej barwy śmietantanka, stanowiąca mniej więcej jedną dziesiątą (8—15%) część wszystkiego mleka.

Lekkostrawna mączka odżywcza
„W I T A F O S F O S A" *(Gąseckiego)*
przygotowana z owoców, warzyw i ziarnek, z zawartością soli organicznych wapniowo-fosforowych stosuje się dla dzieci, ozdrowieńców i osłabionych.
Cena zł. 4.— *„Witafosfosy" gotować nie można*

Przy zastosowaniu wirówek możemy jednak, nie czekając długo, oddzielić śmietankę od mleka, nawet bezpośrednio po udoju.

Im śmietanka jest „młodsza", lub im krócej i wolniej wirujemy mleko, tym mniej tłuszczu oddziela się od mleka, tym mamy chudszą śmietankę. Zależnie od zawartości w śmietance tłuszczu nazywamy ją 10, 15 lub 20-procentową. (Mleko zawiera mniej więcej 3—4% tłuszczu).

Często się słyszy powiedzenie „słodka śmietanka". Istotnie jest ona słodkawa, zawiera bowiem tyle cukru co i mleko słodkie. Śmietanka z czasem przechodzi w śmietanę i wówczas z powodu fermentacji cukrów nieco kwaśnieje.

Ze względu na to, że śmietanka pochodzi z mleka niegotowanego, może zawierać te same bakterie, które spotykamy w mleku. Dlatego śmietanki surowej nie możemy bezkarnie podawać niemowlętom i dzieciom, tak jak nie możemy podawać mleka nieprzegotowanego. Śmietanka, znajdująca się w handlu, już jest odpowiednio zabezpieczona. Wprawdzie nie gotuje się jej, ale zato poddaje tak zwanej pasteryzacjii, szczelnie zamyka w odpowiednich naczyniach. W ten sposób pozbawia się śmietankę pewnych bakterii i nie pozwala wtargnąć nowym.

Zadajmy sobie teraz zasadnicze pytanie: kiedy należy stosować śmietankę w odżywianiu dzieci?

Ze względu na większą zawartość tłuszczu w śmietance, niż w mleku, możemy ją najprzód stosować wówczas. gdy chcemy dziecku podać pożywienie bardziej wartościowe (o większej ilości kalorii), nie przeciążając jednocześnie jego przewodu pokarmowego nadmierną ilością płynów. Ma to dość duże znaczenie u dzieci chorych, ale w tym przypadku o podawaniu śmietanki powinien decydować tylko lekarz.

Można powiedzieć bez przesady, że właściwie nie ma przeciwwskazań do podawania śmietanki niemowlętom, nawet najmłodszym. Trzeba tylko pamiętać, aby dobór procentowy



No, niechże się chłopak zdrowo chował! Teraz już i żona Pańska rychło przyjdzie do siebie. Należy tylko koniecznie uważać na to, żeby nie spożywała pokarmów podniecających i ciężkostrawnych. Wskazana jest wyborna **Kawa Słodowa Kneippa** z dodatkiem właściwej dawki *„Karo Franck"* przyprawy w kostkach. Właśnie tę przyprawę do kawy poleca się młodym matkom, a to dlatego, że pobudza przemianę materii. ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

innych składników pożywienia był odpowiednim.

Idźmy jednak dalej. Wiemy, że pewna liczba dzieci nie znosi mleka krowiego w ilościach, któreby należało im podać ze względu na ich potrzeby ustrojowe, dostają bowiem po nim swędzącej pokrzywki lub innych wykwitów na skórze. W takich przypadkach nieocenione wprost usługi oddaje nam śmietanka. Wreszcie śmietanka wchodzi w skład wielu mieszanek leczniczych, które stosujemy szeroko u dzieci chorych na ostre zaburzenia w odżywianiu (biegunki). O tym jednak, jakie mieszanki podać możemy, decydować może tylko lekarz.

Śmietana kwaśna różni się od śmietanki głównie większą zawartością tłuszczu (około 30%) i, jak już wspomniano, nieco mniejszą zawartością cukru. W kuchni dziecięcej śmietany kwaśnej używamy przeważnie do zaprawiania zup. Zupy tego rodzaju zaczynamy podawać dzieciom dopiero w drugim lub trzecim roku życia.

Niekiedy dzieciom starszym podaje się śmietanę do chleba lub przyrządza z twarożkiem. Baczyć pilnie musimy wówczas, aby mleko, z którego zbierano śmietanę, pochodziło bezwzględnie od zdrowych krów, bowiem w tym przypadku śmietany nie gotujemy.

Zarówno śmietanka dla niemowląt i młodszych dzieci, jak i śmietana dla starszych są bardzo ważnymi składnikami dietetycznymi i dlatego niesłusznie tak przesadnie obawiamy się podawania ich dzieciom.

Dr J. Wyszogrodzki.

Ze skrzynki do listów.

Jak zapobiegać tężyczce?

Pani Karolinie N. w Cieszynie.

Sądząc z dość dokładnego opisu objawów choroby, córeczka Pani na wiosnę przebyła t. zw. tężyczkę. Takie zresztą rozpoznanie postawił podobno lekarz, do którego Pani udała się wówczas o poradę.

Nie ma w tym żadnej przesady, jeżeli Pani pisze, że dziś jeszcze przeżywa Pani silny wstrząs na wspomnienie o tej chorobie, zwłaszcza odtwarzając sobie z przerażeniem w pamięci tę scenę pierwszego napadu konwulsji. Naturalnie była Pani zaskoczona nagłością i niezwykłością tego nieoczekiwanego wydarzenia. Najgorzej było z tą rozpaczliwą bezradnością, wówczas, kiedy zdawało się, że może za chwilę dziecko życie zakończyć. Na szczęście napad konwulsji minął, a późniejsze napady były krótsze i rzadsze.

Dzięki Bogu, że napady te dość rzadko kończą się tragicznie.

Mylnie tylko Panią ktoś poinformował, że konwulsje powstają z powodu zbyt szybkiego wzrastania mózgu u dziecka, a stosunkowo zbyt powolnego wzrostu czaszki. Czyli, krótko mówiąc mózg nie może pomieścić się w czaszce. Tak sobie niekiedy szerszy ogół matek konwulsje tłumaczy.

Tak w tężyczce nie jest. Gdyby tak było, to walka z tężyczką i z najgorszymi objawami w tej chorobie — konwulsjami, byłaby beznadziejna. Wpłynąć bowiem na zbyt szybkie rozrastanie się mózgu i nienadążające za nią powiększanie się sklepienia czaszki, nie możemy. A przecież zapobiegać i walczyć z tężyczką możemy i to skutecznie. Bo przyczyna tężyczki nie jest ta, o której Pani dotychczas myślała.

A więc jaka?

Nie wdając się w szczegóły zmian chemicznych i fizycznych, zachodzących w ustroju dziecięcym podczas tej choroby, mogę tylko Pani powiedzieć, że tężyczkę spotyka się, prawie wyłącznie, u dzieci dotkniętych krzywicą, u dzieci karmionych sztucznie, poza tym u dzieci, będących na sztucznym i zbyt jednostronnym, nieurozmaiconym odżywianiu.

Stąd wynika wniosek, że walka z tężyczką pokrywa się w głównych zarysach z walką przeciwko angielskiej chorobie.

O zapobieganiu angielskiej chorobie mówi się często, pisze się też dość dużo na łamach dwutygodnika „Młoda Matka".

Nigdy jednak nie za dużo, aby to powtórzyć raz jeszcze.

Chodzi tu właściwie najwięcej o przestrzeganie w wychowaniu dzieci zasad jak najdalej posuniętej higieny.

Te zasady możnaby zamknąć w trzech słowach: słońce, woda i powietrze.

A zatem dziecko musi być codziennie wynoszone na świeże powietrze, w lecie prawie na cały dzień, w zimie na 3—4 godziny, chyba że deszcz leje albo jest bardzo duży mróz. Mieszkanie musi być kilkakrotnie w ciągu dnia przewietrzane i czysto utrzymane.

Kąpiel musi odbywać się w pierwszym roku życia dziecka codziennie, w drugim zaś rzadziej, co 2—3-ci



Niezrównana książka z przepisami Dra A. Oetkera p.t. „Dobra gospodyni piecze sama" jest do nabycia we wszystkich sklepach kolonialnych i księgarniach. Cena obniżona 30 groszy.

dzień, nie rzadziej jednak jak raz na tydzień.

Każda matka musi mieć głębokie przekonanie i wiarę, że naturalnego pokarmu niczym nie zastąpi.

Podawanie soków owocowo-jarzynowych od trzeciego miesiąca życia dziecka, a przegotowanych i przetartych jarzyn od siódmego miesiąca, jest niezbędnym i koniecznym uzupełnieniem zarówno naturalnego jak sztucznego odżywiania. Dzieci sztucznie odżywiane winny otrzymywać ponadto od trzeciego miesiąca życia preparaty witaminu przeciwkrzywiczego, a w zimie lampy kwarcowe.

Tężyczka występuje przeważnie na wiosnę. Widzi się ją przeważnie u dzieci sztucznie karmionych i niewynoszonych przez długie miesiące zimowe na powietrze. Stąd wniosek jasny.

Czyż mam pisać jeszcze więcej, jak ma Pani chronić przed tężyczką drugą swoją. trzymiesięczną córeczkę?

Dr St. Średnicki.

Podsłuchane rozmowy.

Dziecko zaczyna odchodzić od matki i czyja w tym wina.

Dziecko, o którym wysłuchałam niechcący opowiadania i o którym piszę, ma tak zwane „idealne warunki" — rodzice jego są inteligentni, ojciec dość dobrze zarabia, Jurek ma swój pokój, urządzony ładnie i higienicznie, chodzi do dobrego przedszkola, i — co najważniejsze — ma kochającą matkę, która nie pracując może mu się całkowicie poświęcić.

W jego głębokim przekonaniu mamusia wszystko umie. Mamusia wszystko wie.

Mamusię można o wszystko zapytać i zawsze będzie się miało odpowiedź.

Mały Jureczek pyta i pyta. Pyta o wszystko, mając 2, 3, 4, 5 latek. Mamusia z początku umiała zawsze odpowiedzieć, aż póki Jurek nie zaczął się interesować życiem dokładniej i wymagać wyczerpującego tłumaczenia.

— Mamusiu, a dlaczego ten samochód jest inny niż ten? Szofer mi powiedział, że ten może prędzej jeździć niż tamten — a dlaczego?

— Bo jak jest zbudowany.

— Ale jak? Mamusiu!!

W głosie dziecka drży zniecierpliwienie.

— A jak to się robi, że tam gdzieś grają, a my w radiu słyszymy?

— Mamusiu, a jak w środku w lokomotywie jest urządzone? Mamuś, pomuż mi zreperować mój stary budnik, co stoi w kuchni. Podarowałaś mi go, ale on nie chodzi!

— Mamuś, a jak ten szybowiec mo-

że się utrzymać w powietrzu?

Z początku matka jeszcze odpowiada ogólnikowo, a potem zaczyna się najłatwiejsze — „nie wiem".

Ach, te maszyny!

Mamusia Jurka czasem myśli z westchnieniem o ile łatwiej byłoby wychowywać dziewczynkę, któraby napewno była grzeczna, cichutka (—ten ciągły hałas w pokoju nazbyt żywego Jurka...) i... i nie zamęczałaby napewno ciągłymi pytaniami.

Mamusia myśląc o tym, układa się wygodniej na kanapce — a po chwili znowu tonie w interesujących przygodach Perelli ze „Starego mostu" Locka. Ale miła sjesta zostaje przerwana.

Do pokoju wpada jak bomba Jurek i krzyczy:

„Mamuś, telefon jest zepsuty, Zosia mówi, że nie można zadzwonić po węgiel. — Jak telefon może się zepsuć? On i wczoraj był zepsuty i „ja by się spytałem" ciebie o to, ale był Kazik i ja zapomniałem.

Ponieważ mamusia zagłębiona w lekturze milczy, Jurek podbiega do niej i krzyczy do ucha — Powiedz, jak jest zrobiony telefon!!

— Daj mi święty spokój. — Nie wiem — odpowiada niecierpliwie matka, po raz trzeci czy czwarty tego dnia.

„Ach, ty mamusiu n i c nie wiesz" mówi z politowaniem malec.

I za jakiś czas przestanie już matkę męczyć pytaniami, bo wie, że i tak nie znajdzie odpowiedzi.

To jeden z przykładów lenistwa matki.

Po skończonym opowiadaniu mimo woli stanęła mi w pamięci jedna z moich znajomych, nie matka nawet, a ciotka, wychowująca swoich bratanków. Kiedyś zobaczyłam u niej na stoliczku przy łóżku parę książek popularnych z zakresu techniki. Kiedy ze zdumieniem spytałam się na co to czyta — odpowiedziała, że ponieważ zaczynają się już „serie pytań" u starszego z chłopców, uczy się, żeby dziecko u niej mogło znaleźć odpowiedź na każde pytanie, przynajmniej do czasu, kiedy zrozumie, że żaden człowiek wszystkiego nie może wiedzieć.

Pani ta... jest niemłoda, pracująca i warunki jej życiowe są bardzo skromne.

Wanda Rosnowska.

Miejskie Zakłady Mleczarskie

„A. G. R. i L."

ul. Grzybowska Nr 59 tel. 6-84-87

Mleko oczyszczone i pasteryzowane systemem momentalnym zachowującym witaminy — niezbędne dla organizmu. Pełnowartościowe (3.2 % tłuszczu) butelkowane bez dotyku ręki ludzkiej.
Nie wymaga gotowania, które niszczy witaminy, lecz tylko podgrzewania w butelce, zanurzonej do wody.

Żądać w sklepach miejskich i we wszystkich sklepach z na białem Agrylowskim.

Piosenki, wierszyki, baśnie i bajeczki.

CZĘŚĆ I.

Literatura dla dzieci jest wytworem niedawnej przeszłości. We Francji co prawda już w wieku XVII Karol Perrault opracował cykl cudownych baśni m. inn. o Kopciuszku, Tomciu Paluchu, Śpiącej Królewnie, lecz były one pisane dla rozrywki sfer dworskich i tylko przypadkiem dostały się do rąk dzieci. W ten sam sposób dzieci przywłaszczyły sobie inne utwory, przeznaczone dla starszych, jak Robinsona Cruzoe i Przygody Gulliwera, a specjalnie dla nich pisano tylko suche i nudne powiastki umoralniające np. „Rozmowy mądrej guwernantki z uczniami" (p. Leprince de Beaumont). Dziełka tego rodzaju nie były oczywiście przeznaczone dla dziatwy młodszej, do lat 7-miu, której los pod tym względem nie uległ zmianie w ciągu dwudziestu paru wieków: karmione były piosenkami, gadkami ludowymi i różnymi opowieściami o dziwach i strachach przez niańki i piastunki. Być może, kobiety te kierowały się nieraz trafną intencją, nie było jednak kontroli, jaką wartość wychowawczą — nie mówiąc już o estetycznej — miał materiał, jaki dostawał się do dziecka. Piosenkami i powiastkami bawiły one dziatwę dla ułatwienia sobie opieki, nie zdając sobie sprawy z ich znaczenia wychowawczego. Dopiero począwszy od wieku XVII-go zaczęto uświadamiać sobie wagę nietylko opieki fizycznej, lecz wpływu moralnego na dziecko od najpierwszych lat życia i wtedy poważnym czynnikiem wychowawczym stał się wierszyk i powiastka.

Zasadę Hoffmanowej, że „nic więcej nie uczy, nie oświeca niż czytanie", zastosował do małych dzieci Stanisław Jachowicz, który pierwszy u nas napisał kilkaset łatwo zrozumiałych wierszyków i bajeczek — dla najmłodszych. Zasługi tego „ojca dziatwy polskiej" są nieocenione, a popularność jego utworów świadczy, jak bardzo były potrzebne. Nie można jednak zapominać, że choć Jachowicz zrobił wszystko, na co mogła się zdobyć jego epoka, następna musiała przekreślić wiele z jego zdobyczy. Nie chodzi nawet o to, że ideał wychowawczy Jachowicza — z ciągłym rozdzielaniem jałmużny jako najważniejszym wskaźnikiem — był bardzo jednostronny—lecz o sposób w jaki to czyni. Do dziecka odnosi się jako do słabiutkiego, głupiutkiego stworzonka, przemawia doń tonem spieszczonym i pragnie przede wszystkim pouczyć z wyżyn doświadczenia człowieka dorosłego. Takie protekcjonalne i poniżające traktowanie dziecka przytłumiało w nim aktywność wewnętrzną, dążenia do samodzielności. Nie Jachowicza

PIERWSZA MIESZANKA DZIECKA



FF — Fosfatyna Faliera

to zresztą wina, lecz ogólnego w tej epoce stosunku do dziecka, który zmieniły dopiero gruntowne badania nad jego psychiką. rozpoczęte w końcu XIX-go wieku. Udowodniono wtedy, że dzieciństwo nie jest tylko przygotowaniem do dorosłości, nie jest — jak pisze o tym K. Czukowskij „chorobą, z której trzeba dziecko jak najprędzej wyleczyć”, lecz odrębną dziedziną, rządzącą się własnymi prawami. Zrozumiano, że do dziecka należy podchodzić od strony jego spojrzenia na świat, a nie od strony poglądów i doświadczeń wieku dojrzałego—i, że zdobycie wiedzy o dzieciństwie jest całą filozofią dlatego właśnie, że nie można między nim a światem człowieka dorosłego przeprowadzić pomostu prostej ewolucji. Dzisiaj już przeżył się okres przesadnej gloryfikacji praw i indywidualności dziecka (Ellen Key), lecz nie ma już chyba środowiska, w którym nie rozumianoby, że choć pragniemy w dziecko wszczepić pewne zasady i pewien pogląd na świat, sposób, w jaki to czynimy, musi być całkowicie uwarunkowany potrzebami dziecka i stadiami jego rozwoju.

W stosunku do literatury dziecięcej wypływają stąd pewne zasadnicze postulaty. Przede wszystkim więc, wykreślono z niej już niemal od ćwierć wieku n u ż ą c e m o r a l i z o w a n i e nietylko dlatego, że tendencyjność utworu zabija w pewnym sensie jego wartość, lecz dlatego przede wszystkim, że ten sposób mówienia nie trafia do dziecka, nudzi je. Powiastka czy wierszyk musi być pisany w sposób żywy, zajmujący, nie abstrakcyjny, a pewna szlachetna dążność winna wypływać albo z samego układu faktów, albo być podana z humorem, który ją w pewnym sensie odciąża (np. „Myjdodziur“ Czukowskiego). Następnym prawidłem jest w a r t o ś ć a r t y s t y c z n a utworu, choć będzie ona polegała na czym innym niż w literaturze dla dorosłych. Utwór dla dziecka nie może być tandetką, kleceniem rymów. Dostarczenie dziecku tego rodzaju lektury jest oszukiwaniem go, wykorzystywaniem jego naiwności. Dziecko nauczy się równie łatwo ładnego jak marnego wierszyka, lecz utwór ten towarzyszy mu przez wiele lat, umiany na pamięć i powtarzany nabiera coraz to inne-

go znaczenia w trakcie dorastania dziecka, kształci jego smak. Porównajmy taki pozbawiony wszelkiego sensu i rytmu początek wierszyka, drukowany w końcu zeszłego stulecia w „Przyjacielu dzieci“:

„Na stole w ozdobnym salonie
Stoi choinka w barwie zielonej...“

z bezimiennym, a jakże wdzięcznym w swym lekkim rytmie i prostocie wierszykiem („Mały Płomyk“—1936), zaczynający się od słów:

Leszczynowe orzeszki
Poszły sobie na ścieżki.
Jeden chudy, drugi tłusty
Jeden pełny, druki pusty... itd.

* * *

Z pośród utworów, spełniająeych te warunki, dla każdego wieku inne są odpowiednie.

W najwcześniejszym okresie rozwoju — do dwóch lat, niezastąpiona jest rytmiczna piosenka (choć dzisiaj już nie stanowi pomocy przy uznanym za szkodliwe kołysaniu) i zabawne przypowiastki w rodzaju „Leciała osa do psiego nosa“, poparte wymownym gestem. „Gadki“ te, choć nie były tworzone dla dzieci, lecz zebrane z przysłów i przypowieści ludowych, są dla nich odpowiednie i zrozumiałe w swej prymitywnej prostocie.

Jeszcze przed ukończeniem dwóch lat dziecko chętnie ogląda i po swojemu objaśnia kolorowe obrazki, a w trzecim z zapałem uczy się wierszyków i dopomina się o „bajeczki“. Prościutkie w formie i dotyczące znanych dziecku przedmiotów i stworzeń bajeczki może bez trudu komponować matka lub 'opiekunka: o piesku, który poszedł na spacer i spotkał drugiego pieska, o lalce, której dziewczynka szyje fartuszek z gałganków, o piłce, która zmokła na deszczu itd. Wierszyki dziecko przyswaja sobie bardzo łatwo, lecz nie należy czytać ich zbyt dużo, — gdyż to wysila umysł, a obciążenie nimi pamięci przechodzi w nałóg.

Między trzecim a piątym, czasem czwartym a szóstym rokiem życia, przypada okres największego zainteresowania cudownymi opowieściami, t. zw. „wiek bajek“. Mówiąc ściśle, jest to „wiek baśni“, gdyż utwór zwany b a j k ą (najsłynniejszy bajkopisarz we Francji — Lafontaine, u nas Ignacy Krasicki) jest zupełnie dla dziecka nieodpowiedni. W braku innej literatury dla dzieci czytano im oddawna bajki, gdyż były to utwory krótkie, proste w formie, mówiące o zwierzętach, a przede wszystkim w założeniu moralizujące, a więc zdawałoby się jakby stworzone dla dzieci. Dziś jesteśmy innego zdania, nietylko dlatego, że wiemy jak bardzo wyrąbany morał chybia celu. Przede wszystkim bajka nie może być przez dziecko zrozumiana, gdyż opiera się na głęboko ukrytej alegorii i na t. zw. mądrości życiowej, która dla doświadczenia dziecięcego jest zupełnie niedostępna. Natomiast b a ś ń, oparta na motywach ludowych, pełna polotu i fantazji harmonizuje z nasta-

wieniem dziecka wobec zjawiska otaczającego je świata. W okresach przewagi realizmu wychowawczego (np. w okresie pozytywizmu) wypowiadano bezwzględną walkę baśni w literaturze dziecięcej. Argumenty były zdawałoby się niezbite: baśń wszczepia fałszywe wyobrażenia o świecie, nadmiernie rozbudza fantazję. Badania psychologiczne ostatnich lat trzydziestu udowodniły jednak, że baśń w pewnym okresie rozwoju jest dla dziecka najlepszym źródłem zdobywania wiedzy o świecie. Między trzecim a szóstym rokiem życia dziecko dopełnia sobie rzeczywistość wyobraźnią, nadaje przedmiotom role fikcyjne; dziewczynka udaje, że jest chłopczykiem, krzesło przekształca się w lokomotywę. Potrzeba ta w dziecku jest tak silna, że będzie ono stwarzało sobie świat nieistniejących możliwości, choćby zamknięto doń dostęp baśni. Granice prawdy i fikcji są płynne; obraz świata nie prawdziwy. Po paru latach dziecko zacznie baczniej obserwować, opadnie mgiełka urojonych wyobrażeń, a baśnie będą je interesować już tylko jako — baśnie.,. Okres, w którym dziecko uważa je za prawdę. nie przyczynia się w niczym do wpojenia mu fałszywych przekonań, kształci natomiast jego pojęcia o świecie, wprowadza do jego psychiki pewną hierarchię wartości, pojęcie dobra i zła, piękna i brzydoty. Nalot fantazji rozwija się z czasem, te zdobycze pozostaną.

I tutaj jednak, jak wszędzie, łatwo zboczyć z właściwej drogi. Należy więc unikać baśni, które mogą podniecać nerwy, budzić lęk, przerażać obrazami okrucieństwa i złości. Dlatego też, jeśli nawet opowiada się dziecku baśnie (woli ono zawsze opowiadanie niż czytanie), nie może tego czynić osoba dowolna i w sposób dowolny; trzeba posługiwać się materiałem literackim, pamięciowo przyswojonym i odpowiednio zmodyfikowanym.

Dzisiaj nie istnieje już chyba wychowawca, który nie doceniałby wagi książki w życiu dziecka, książki racjonalnie dobranej, pięknej w znaczeniu moralnym i estetycznym. Dawniej była ona tylko cząstką praktyki pedagogicznej, zmierzającej do pouczenia, dziś ma kształcić pełnego człowieka zarówno przez swą zawartość etyczną, jak wartość literacką. Literaturę dla dzieci tworzą dziś artyści, którzy starają się zsyntetyzować w niej trzy czynniki: dążności wychowawcze, znajomość psychiki dziecka i postulaty estetyczne. Twórczość dla dzieci przestała być nareszcie zajęciem podrzędnym, którego chwytali się ludzie do „lepszej“ twórczości niezdolni. Dzisiaj wiadomo jest, że pisać dla dzieci — to najpiękniejsza lecz zarazem najtrudniejsza misja. „Utwór dla dziecka — pisał pewien bezimienny autor jeszcze w połowie zeszłego stulecia a mądre jego żądania nieprędko doczekały się realizacji— powinien jednoczyć w sobie najwyższą sztukę z formą najprościejszą. co się rzadko spotyka nawet książkach najsławniejszych autorów“.

Krystyna Kuliczkowska.

Zabawki dla dziecka.

O racjonalną zabawkę dla dziecka.

I.

Troszczymy się o to, by nasze dzieci miały odpowiednie odżywianie, zastanawiamy się nad sprawą higieny codziennej, dbamy o racjonalne ubranie... Jakże mało staramy się, by dziecko miało racjonalną zabawkę.

A zabawka dziecka to rzecz wielkiej wagi. Nie tylko z jego punktu widzenia, ale i z naszego, z punktu widzenia człowieka wychowującego, którego zadaniem jest troska o normalny rozwój dziecka.

Przywykliśmy sprawę zabawek traktować z uśmiechem pobłażania, a tym czasem zagadnienie to jest jednym z naczelnych zagadnień pedagogicznych. Bo zabawka to narzędzie dziecka w jego twórczości. Jest ona tym dla dziecka, czym pendzel dla malarza lub dłuto dla rzeźbiarza. Z jej to pomocą — z pomocą zabawki — tworzy dziecko — niemowlę czy chłopiec podrastający swój psychofizyczny organizm, ćwicząc jego sprawności, z jej to pomocą dziecko 2—4 letnie ćwiczy swą fantazję i stwarza dzieła poetyckiej fikcji, z jej to pomocą starsze dziecko konstruuje nowe twory—swoje dzieła klockowe, plastelinowe czy rysunkowe.

Danie dziecku odpowiedniej zabawki, czy też niedopuszczenie, by miało nieodpowiednią, oto sprawa wielkiej wagi, bo sprawa ułatwienia mu jego samorzutnej twórczości.

A tym czasem jakże często jest z naszym dzieckiem, tak, jak z rzeźbiarzem, który z jakiegoś powodu nie może dostać rylca do ręki, a wciąż podsuwają mu — np. pendzle. Lepiej już zostawić mu jego tępy kozik: potrafi on nim wytworzyć arcydzieła, gdy tym czasem im bardziej wyrafinowane daje mu się pendzle, w tym większą wpycha się go niemoc twórczą.

Grzechoczemy nad głową niemowlęcia zgiełkliwą grzechotką, a ta jego jedno czy dwumiesięczna główka potrzebuje od nas tylko ciszy i spokoju. Wieszamy mu tuż przed oczyma kolorowe pompony, a jego oczy niczego od nas nie potrzebują prócz jednego, by mogły spokojnie i równo patrzeć w dal i by jak najmniej doznawały bodźców od tego dziwnego świata, w którym się znalazło i od którego delikatny organizm dziecka musi być jak najbardziej oddalony.

Większemu dziecku, dla którego najulubieńszą czynnością jest ciągnięcie wszystkiego do buzi, dajemy kudłatego misia i w rezultacie dziecko ssie jego brudne uszy, a gdy dziecko 3-letnie nakarmi otrzymaną tylko co od jakiegoś wujka czy cioci, oszałamiająco elegancką, Shirleykę porcelanową, wlewając jej w zaciśnięte wargi zupę, a potem zalaną sukienkę zechce samo uprać, — to gniewamy się na nie, wymawiając mu, że nie umie szanować swych zabawek.

Większemu chłopcu dajemy gotowy latawiec, którego w mieście nie ma gdzie puszczać, lub, jeśli chcemy już bardzo racjonalną zabawkę mu kupić, nabywamy kartony, na których są przygotowane do wykonania modele okrętów czy innych pojazdów. Ale, niestety, sposób wykonania tam podany jest tak skomplikowany, że może go wykonać tylko chłopiec w tym wieku, w którym powinien już sam własne modele tworzyć, a nie korzystać z drukowanych kartonów.

A z drugiej strony zabawki, o które chłopiec żebrze po prostu matkę — o stare pudełka, butelki, szpulki — to wszystko zazwyczaj jest dlań niedostępne, bo butelka—„potrzebna będzie do soków", „pudełkiem i szpulką — zaśmiecisz pokój", a wreszcie „czegóż jeszcze chcesz"? „masz tyle zabawek, to się baw"! Takie zdanie słyszy się aż nadto często w domach, gdzie rodzice wyobrażają sobie, że dają dziecku wszystko, co mu potrzeba. A nie dają tego, co jest tak konieczne każdemu pracownikowi— czy 3 czy 30-letniemu — odpowiednich narzędzi do pracy.

Człowiek dorosły musi w zabawie dziecka dostrzec to, co jest w niej istotne: bo właśnie, że jest ona zawsze jakimś rodzajem podświadomej czy świadomej pracy dziecka, że każdy jej rodzaj wymaga — tak jak każdy rodzaj pracy — odpowiednich do niej narzędzi.

I musi dostarczyć dziecku tych najodpowiedniejszych narzędzi, jeśli żywą jest w nim troska o normalny rozwój twórczości dziecka.

Sprawę tę omówimy bliżej w następnych numerach pisma.

Dr J. Doroszewska.

Puder „DZIDZI", mydło „DZIDZI" i krem „DZIDZI" (Gąseckiego)

Puder „Dzidzi" jest jedyną przysypką zawierającą Lanolinę . . .	Cena 0.50 gr.
Mydło „Dzidzi" jest mydłem przetłuszczonym	0.75 „
Krem „Dzidzi" jest maścią gojącą, zapobiegającą wyprzeniu .	1.10 „

utrzymują ciało dziecka w zdrowiu i czystości

Recenzje.

Nakładem wydawnictwa „M. Arcta“ w Warszawie — ukazała się ostatnio na półkach księgarskich książka dla matek, pani Marii Ankiewiczowej, p t. „Racjonalne wychowanie dziecka do lat 7“. Na 150 stronicach przestawiła nam autorka szereg zagadnień z zakresu wychowania i racjonalnego postępowania z dzieckiem od niemowlęctwa, aż do bramy szkolnej niemal. Od takich spraw jak: układ dnia matki, miejsca dziecka w gospodarstwie domowym, własny kąt dziecka w domu — poprzez dziedziny czysto praktyczne, jak np. wyprawka niemowlęcia, ubiór, mycie, sposoby podawania posiłków, pokój dziecinny, apteczka domowa etc... prowadzi nas autorka do zagadnień czysto wychowawczych, a nawet higienicznych, nie szczędzi rad i trafnych rozwiązań, będących napewno owocem głębokich rozmyślań i doświadczenia. Forma wykładu narracyjna, ułatwia wczucie się dokładne w intencję i i sens poruszonych zagadnień, które rozpatrujemy wspólnie z autorką, jakgdyby były częścią naszego własnego świata, naszymi własnymi kłopotami i radością.

Książka ta winna znaleźć się w posiadaniu każdej młodej matki, której zagadnienia racjonalnego stosunku do własnego dziecka, właściwej opieki nad nim—nie są obce. Szereg udatnych zdjęć stanowi ozdobę książki, którą możnaby chyba nazwać bez przesady „poradnikiem dla matek“. Szkoda tylko, że cena nieco zbyt wysoka (3 zł. 60 gr.) może stanowić pewną przeszkodę w rozpowszechnieniu się tak wartościowego wydawnictwa.

B. G.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani S. Gajewskiej.* Waga pięciomiesięcznego synka Pani jest za mała. Prawdopodobnie ma Pani zbyt mało pokarmu. Należałoby to skontrolować. Jeżeli nie ma Pani możności zważenia dziecka przed i po karmieniu i w ten sposób określenia wysysanego przez niego pokarmu, należałoby (kilkakrotnie) w porach karmienia wycisnąć pokarm ręcznie i zmierzyć jego ilość. Dziecko pięciomiesięczne powinno otrzymać po 150 g sześć razy dziennie. Brakującą do 150 g ilość pokarmu należy

uzupełniać mięszanką o składzie: dwie części mleka, jedna część kleju ryżowego lub owsianego + 1½ łyżeczki od herbaty cukru na 100 g mieszanki. Jedno karmienie należy obecnie zastąpić zupą na wyciągu z jarzyn z kaszką. Soki z jarzyn lub owoców w ilości sześciu łyżeczek od herbaty dziennie. Co do podawania dziecku vitavitu, to musi o tym zadecydować lekarz.

2. *Pani Marii N.* Napadowy kaszel u dwuletniej córeczki Pani, który trwa już od dwóch tygodni, nasuwa nam podejrzenie kokluszu. Nie należy lekceważyć sprawy. Powinna Pani jak najszybciej udać się z małą do lekarza, tym bardziej, że jeżeli to jest koklusz, dziecko jest zaraźliwe dla otoczenia.

3 *Pani J. Koziołowej.* Dieta siedmiomiesięcznego dziecka, żywionego sztucznie, przedstawia się następująco: pięć posiłków dziennie po 180 g na porcję, w tym dwa razy pełne mleko, dwa razy mięszanka składająca się z dwóch części mleka i jednej części kleju owsianego (cukier w ilości 1½ łyżeczki od herbaty na 100 g mieszanki oraz zupa na wyciąg z jarzyn i jarzyny (8 łyżeczek od herbaty). Ponieważ częstsze podawanie dziecku pożywienia nie jest wskazane z różnych ważnych powodów, należałoby udać się do lekarza, który albo przepisze środki poprawiające łaknienie, albo mięszanki bardziej odżywcze. To, że dziecko nie siedzi, może być objawem krzywicy, nie powinna jednak Pani podawać synkowi Vitavitu bez porady lekarza. Kąpiele powinny odbywać się codzienie, podobnie spacery. Ubierać dziecko należy w zależności od temperatury, unikając przegrzewania. Przy obecnych pogodach wystarczy wełniane ubranko oraz ciepły kocyk, czy kołderka, którą Pani okrywa dziecko w wózeczku. Czas przebywania na świeżym powietrzu powinien wynosić do czterech godzin dziennie.

4. *H. Danyszowej.* Zasadniczo pora kąpieli (przed czy po kolacji) nie odgrywa większej roli. Wygodniej jest, aby dziecko bezpośrednio po kąpieli poszło spać. Wielogodzinna przerwa między posiłkami wieczornym i porannym nie jest bynajmniej dla ustroju szkodliwa, tym bardziej że synek Pani znosi ją dobrze. Dlaczego ta przerwa wynosi u dziecka Pani 14 godzin, a nie 12 (śniadanie o 8 godz., kolacja o 20 godz.)? Czyż tak trudno jest rozmieścić, dziecku pożywienie 4 razy dziennie, w okresie tych 12 godzin?

5. *Pani Ewie S,* Synek Pani ma obecnie sześć tygodni, sprawia Pani wiele kłopotów „krzycząc całymi dniami i nocami". Poza tym dziecko ma wolne stolce, około sześciu, siedmiu na dobę. Z listu Pani wnioskujemy, że przede wszystkim popełnia Pani błędy wychowawcze w stosunku do dziecka. Mały powinien być karmiony regularnie sześć razy dziennie (godziny: 6, 9, 12. 3, 6, 9). Nocne karmienie oraz podawanie dziecku piersi gdy płacze, powinny być stanowczo usunięte z programu. Z wagi przez Panią podanej wynika, że dziecko ma dostateczną ilość pożywienia. W nocy może mu Pani

podawać lekko słodzoną herbatę. Należy wystrzegać się noszenia i huśtania dziecka. Kąpiel lepiej robić wieczorem. Wolne stolce przy dobrej wadze dziecka, nie przerażają nas, gdyby jednakże stan ten przedłużał się, należy zwrócić się do lekarza. Popękane brodawki nie są przeszkodą do karmienia. Należy utrzymywać piersi w czystości, obmywając je rozczynem kwasu bornego przed i po karmieniu; pęknięcia należy smarować 5% rozczynem azotanu srebra. Ewentualnie można używać do czasu wygojenia kapturka, przy pomocy którego będzie się odbywać karmienie.

6. *Pani Janinie Godlewskiej.* Dziecko Pani poci się obficie, na skórze jego od pewnego czasu pojawiają się drobne pęcherzyki. Z opisu Pani wynika, że dziecko jest przegrzewane. Należy stanowczo zamienić puchowy becik na włosiany oraz zredukować ilość kaftaników do jednego, najwyżej dwóch. Ciepłota pokoju powinna wynosić około 18° C. Wolne stolce (dziecko żywione jest sztucznie, do mieszanki dodawany jest cukier zwykły) należy zacząć zwalczać zamianą kleju owsianego na ryżowy, oraz podawaniem, zamiast cukru buraczanego, Nntromaltu Wandera lub Maltonu Klawego. Kąpać dziecko należy codziennie, obecnie ze względu na zły stan skóry, pożądane byłyby kąpiele w rumianku lub nadmanganianie potasu (1 — 2 kryształki na kąpiel).

7. *Pani Zofii Kubiakowej.* Zapytuje nas Pani, czy można szczepić ospę dziewięciomiesięcznemu synkowi. Podczas wiosny dziecko chorowało i nie mogło być szczepione. Należy je zaszczepić w styczniu, gdy będzie sucha mroźna pogoda. Zachowanie podczas okresu poszczepiennego polega na przestrzeganiu czystości. Miejsce szczepienia nie może być zanurzane w wodzie, dlatego należy uważać przy kąpieli lub też raczej myć — dokładnie, a nie kąpać dziecko. Jeżeli koszulka przyklei się do krosty ospowej nie należy jej odrywać, a obciąć rękaw dokoła, pozostawiając przylepiony kawałek materiału. Dieta ani tryb życia nie powinny ulegać zmianie. Dziecko w tym czasie może być grymaśne i „marudne“, bowiem szczepiąc je, wywołujemy u niego lekką chorobę.

8. *Pani Z. F.* Pięcioletnia córeczka Pani od wczesnego dzieciństwa moczy się w nocy. Ostatnio zauważyła Pani u dziecka upławy. Ten ostatni objaw jest alarmujący. Powinna Pani koniecznie udać się z małą do lekarza, który zajmie się wyświetleniem sprawy chorobowej.

9. *Pani Zajerowej.* Siedmioletni synek chodzi pierwszy rok do szkoły. Mimo, że dziecko nie jest przeciążone pracą szkolną, zauważyła Pani, że przy wykonywaniu zajęć takich, jak pisanie lub czytanie, dziecko uskarża się na bóle głowy. Trudno nam na odległość ocenić, jakie jest podłoże tych dolegliwości. Być może u dziecka istnieje wada wzroku, która się obecnie zaczyna przejawiać, dając takie dolegliwości. Radzimy Pani udać się z małym do lekarza.